

Groupe continu de travail sur soi pour mieux vivre la CNV : guérir ses blessures, installer plus de Bien-Être et le partager

Etre au cœur de moi-même

Nous marcherons à la rencontre de nos émotions, nos jugements, nos fonctionnements automatiques, nos systèmes de croyances, nos difficultés relationnelles.

Nous déploierons nos ressources pour accroître notre estime de nous et développer nos potentiels.

Nous cheminerons pour accéder à notre puissance, à notre pouvoir de choisir pour installer, de plus en plus souvent, le Bien Être dans notre vie et le partager.

Cette marche pas à pas, ce retour vers Soi se vivra progressivement dans le respect de la différence et des rythmes d'évolution de chacun.

9 mois pour cheminer au sein d'un groupe, co-crée la sécurité dont nous avons besoin pour nous sentir accueillis, installer la paix intérieure, retrouver la confiance en soi et en l'autre, et déployer notre Elan Créateur.

Les expériences proposées impliquent tous les aspects de l'être humain : physique, énergétique, émotionnel, mental et spirituel.

Une voie rigoureuse et respectueuse qui contribue à un développement harmonieux et équilibré de la Conscience de soi et des autres.

Les approches et processus de guérison :

- **la CNV** pour la capacité qu'elle nous apporte de se clarifier, prendre sa responsabilité émotionnelle, se relier à ses besoins, s'unifier et s'exprimer.
- **L'IFS** (Internal Family System) une façon créative et responsabilisante de transformer les conflits internes (portés par des sous-personnalités figées dans des mécanismes de protection) et d'accéder à un espace intérieur, duquel émergent tout naturellement des qualités de calme, curiosité, confiance, créativité, courage.
- **TUPI** (Technique d'Identification de nos Peurs Inconscientes) processus de désactivation sensorielle des émotions indésirables. Ce processus s'appuie sur l'éradication des mémoires fœtales et périnatales ayant formaté nos comportements dès les premiers instants de notre vie.

Un cycle de 9 mois avec des journées et des séminaires

- **3 séminaires d'un week-end répartis sur l'année**

Ces 3 week-end de séminaire permettent d'accéder à des expériences de lâcher prise profond, des temps d'approfondissement des transformations, des temps d'enseignement, et aussi de partages, de joies et de célébrations.

- **des rencontres à thèmes d'une journée mensuelle**
en alternance avec les séminaires

Elles permettent de renforcer le pas à pas de chacun, de trouver un soutien régulier pour traverser les événements inconfortables et d'installer des changements de comportements durables.

En option, selon les souhaits de chacun, les formatrices peuvent proposer des séances individuelles complémentaires.

Le cycle inclue les 3 séminaires ET les rencontres mensuelles.

Si toutefois il vous est impossible d'assister à un stage, nous vous proposons d'en parler à l'avance pour évaluer la possibilité de suivre ce cycle.

Une équipe de 3 formatrices animatrices:

Notre trio est formé à des approches multiples et complémentaires sur la guérison des blessures.

La présence de trois animatrices permettra à la fois de bénéficier des transformations favorisées par un travail collectif et d'un accompagnement individualisé lors des traversées inconfortables.

- **Caroline ADER-LAMY** : Formatrice certifiée en CNV, Formée à la médiation CNV • Internal Family System - Self Leadership • Logique Emotionnelle • Rebirth • Holocratie • Intelligence Collective
- **Patricia SALGON** : Formatrice certifiée en CNV • Formée à • Internal Family System • praticienne TIPI • Constellatrice
- **Maryse LAVILLAUREIX** : psychothérapeute • praticienne TIPI • constellatrice familiale • formée à la systémie (école de Palo Alto) • formée aux mémoires périnatales (Stan GROFF) • sur le parcours de la certification CNV.

Informations pratiques

La première journée vous est proposée à titre d'expérimentation pour permettre à chacun de confirmer son engagement sur l'ensemble du cycle.

Dates :

Journée samedi 13 octobre 2012
Séminaire vendredi 9/samedi 10/ dimanche 11 novembre 2012
Journée samedi 15 décembre 2012
Journée samedi 12 janvier 2013
Séminaire vendredi 22 / samedi 23/ dimanche 24 février 2013
Journée samedi 23 mars 2013
Journée samedi 20 avril 2013
Séminaire vendredi 31 mai / samedi 1er/ dimanche 2 juin 2013
Journée samedi 29 juin 2013

Horaires :

Journées : samedi 9h30 à 19h
Séminaires : vendredi 19h15 à 22h30 - samedi 9h30 à 19h - dimanche 9h30 à 17h30

Tarif: 120 € par journée - 270 € par séminaire

Nombre de Participants :

Le groupe sera constitué de 18 et 24 personnes maximum avec les 3 formatrices
Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises dans l'ordre d'arrivée

Lieu : Brie Comte Robert - accès par le RER D - 25 mn à partir de la gare de Lyon

Information complémentaire :

Nous sommes à votre disposition pour répondre à vos questions, merci de nous adresser un courriel ou de nous téléphoner.

Contacts :

Caroline ADER LAMY -TEL: 06 20 41 30 54 - carolineaderlamy@orange.fr

Patricia SALGON- TEL : 06 18 08 56 64 - patricia@salgon.fr

Maryse LAVILLAUREIX- TEL : 06 76 73 99 15 - maryse.lavillaureix@club-internet.fr

Les inscriptions se font auprès de :

Sylvie COUDRET - 8 rue Neuve Popincourt 75011 Paris
cnvparis@gmail.com - Tel: 07 80 01 64 16

Bibliographie : lecture recommandée d'un des livres CNV ci-dessous

- Les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs
Marshall Rosenberg - Ed. La découverte
- Cessez d'être gentil, soyez vrai - Thomas d'Ansembourg - Ed. de l'Homme

www.nvc-europe.org